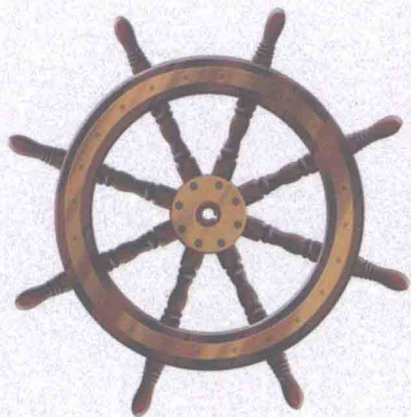


学习的方法

Learning Methods

江涵 著



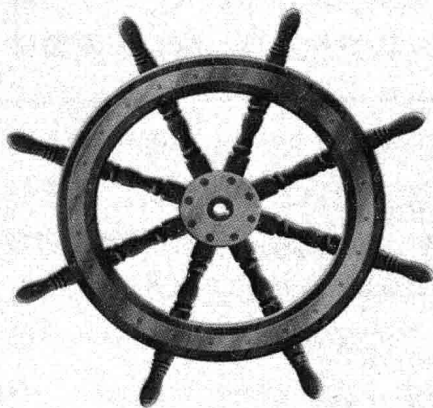
如果你是一名大学生、一名教师或者一名家长

我给你的忠告是：不要错过此书。

学习的方法

Learning Methods

江涵 著



如果你是一名大学生、一名教师或者一名家长

我给你的忠告是：不要错过此书。

中国  广播电视出版社
CHINA RADIO & TELEVISION PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (C I P) 数据

学习的方法 / 江涵著. —北京: 中国广播电视出版社,
2008.12

ISBN 978-7-5043-4531-8

I. 学… II. 江… III. 学习方法 IV. G791

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第179047号

学习的方法

江 涵 著

责任编辑 任逸超

封面设计 程新霞

出版发行 中国广播电视出版社

电 话 010-86093580 010-86093583

社 址 北京市西城区真武庙二条9号

邮 编 100045

网 址 www.crtpt.com.cn

电子信箱 crtpt8@sina.com

经 销 全国各地新华书店

印 刷 北京荣泰印刷有限公司

开 本 787毫米×1092毫米 1/16

字 数 160 (千) 字

印 张 13.25

版 次 2008年12月第1版 2008年12月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5043-4531-8

定 价 22.00元

(版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换)

序 言

在校学生最关心什么？两件事，一是如何提高学习效率，即如何拥有强大的学习能力；二是如何全面提高自身的智力或能力。本书正是为了满足这两样要求而量身定制的！

或许你千山万水、跋涉多日试图寻找这方面的指导，却未有收获。但是当你无意中捧起这本书，我得对你说：恭喜！这本书正是您所苦苦寻找的。古人有云：踏破铁鞋无觅处，得来全不费功夫！

兄弟认为，无论你是身处学校还是在实际工作中，强大的学习能力以及解决实际问题的能力都是你应该具备的。而这些能力是建立在条理性、逻辑性以及发达的想象力基础上的。

本书的内容围绕着这些基础素质进行了详尽的阐述。既有深入浅出的论述，同时又有非常强的指导性、可操作性。说这本书是九阴真经之类的盖世绝学太过夸耀，但相信你阅读过本书的真材实料后你会有一种受益匪浅、相见恨晚的感觉。

让我再一次地重复本书所谈及的基础素质：条理性、逻辑性、想象力。这些是本书的中心内容、本书的重点论述所在。希望你在阅读本书之后的岁月里能够成为一名条理性、逻辑性很强，而且拥有发达想象力的人，这样你就会顺理成章、水到渠成地拥有了强大的学习能力和解决实际问题能力。当你的基础素质非常强大时，凭此素质再结合某方面的专业知识的经验，你一定会在某一领域成为佼佼者！

我希望你收下我对你的祝福！

C 目录

Contents

第一章 条理性

条理化·····	2
背了黑锅的归纳总结·····	4
把归纳总结推广到听课中·····	6
从整体上看问题·····	8
高级的条理化——系统性·····	10
系统性的补充——联系·····	13
男人，就应该对自己“细”一点·····	15

第二章 理解（逻辑性）

理解是个技术活·····	20
已有的知识·····	21
理解要讲究次序·····	23
一个例子·····	25
理解就是转化·····	27
理解少不了语法·····	29
我也谈右脑·····	31
两种常用的图示方法·····	34
对一道数学题的理解·····	36

数学物理与历史地理的区别·····	38
理解要讲究逻辑·····	40

第三章 学习的能力

记忆的技巧·····	44
混淆与矛盾·····	47
向运动员学习——谈自学能力·····	50
学习中的无招胜有招·····	55
学习能力测评·····	61

第四章 想象力

脑袋里做实验——想象力·····	64
打牌、打麻将、家务活、孙宾赛马·····	66
下棋对智力的培养·····	69
脑容量，智力发达的标志·····	71
凡事预则立不预则废·····	73
替别人着想，一个并非道德的话题·····	75

第五章 智力

如何才能变得聪明·····	78
如何做到反应迅捷·····	81
动手能力实质上是动脑能力·····	84
智力论·····	85
心理与智力·····	91

第六章 关于数学

数学不是这么学地·····	96
美国学生是怎么学数学的·····	99
题海战术的危害性·····	101
数学对智力的扼杀·····	103
数学的有效成分分析·····	105
怎样才能学好数学·····	107

第七章 关于语文

语文的有效成分分析·····	110
自学能力是语文的份内事·····	112
古文教学内容应该缩减·····	114
语文，请不要遗忘实用写作·····	116
语文对智力的培养·····	118
为什么国外小孩从小就写论文·····	120
中国女乒为何学习语文不学习数学·····	122
语文比数学更重要·····	124

第八章 关于英语

语法与语感·····	128
英语是一门学问·····	131
英语不宜从娃娃抓起·····	133
英语学习可以培养自学能力·····	135

第九章 学习理念

向商人学习·····	138
毅力与热情不是一码事·····	141
最伤最痛是后悔——谈注意力·····	143
王八背上长青苔——龟绿（规律）·····	145
你不是一个俗人——我来谈口才·····	150
在哪干都能干好？·····	155
学生会干部，一份很有前途的职业·····	157
考研与崇高无关·····	161
关于考研的补充·····	165
没有工作经验不打紧·····	168
大学教育不如职业教育·····	170

第十章 哲学

全面·····	174
主要因素与次要因素·····	176
成败不必细节·····	178
内因与外因·····	180
充分条件与必要条件·····	181
有利条件与不利条件·····	182
联系·····	184
可能性与必然性·····	186

学习的方法

第一章

条理性

条理性就是善于分类划分、善于归纳总结。换言之，如果你善于分类划分、归纳总结，你就是一个条理性很强的人！条理性是一个人最起码的要求，没有条理性则意味着思维混乱。

- ① 条理化
- ② 背了黑锅的归纳总结
- ③ 把归纳总结推广到听课中
- ④ 从整体上看问题
- ⑤ 高级的条理化——系统性
- ⑥ 系统性的补充——联系
- ⑦ 男人，就应该对自己“细”一点

条 理 化

CCTV百家论坛中的易中天，你看人家的名字有多好，姓好名也好，既有学问还兼顾市场。现在他的表现正如他的名字一样，如日中天。

另一位也挺有名，他是阎崇年，我头一次看《百家讲坛》，就是看到他在讲明末清初的事。我对他印象很深的一件事，是他在介绍清朝皇帝的时候，所讲的一个记忆技巧。这个技巧就是把清朝十二位皇帝按照不同的历史阶段进行了一下划分，这样就好记了。

崛起：努尔哈赤，皇太极，顺治

兴盛：康熙，雍正，乾隆

衰退：嘉庆，道光，咸丰

没落：同治，光绪，宣统

我们可以体会一下，这样划分、分类后，比起原来那样就好记多了。

再看下面一个杂乱无章的例子：

**袜子 轮船 母鸡 飞机 手套 电视 冰箱 山羊 球鞋 汽艇 火车 微波炉
炉 裤子 黄狗 录音机 野兔**

现在让你尽可能地以最快速度记下来，然后将这些词汇一一复述出来（不要求顺序）。你多多少少会觉得有点费劲。同样，如果我们将这些词汇分分类，组成下面的形式：

衣服类：袜子 手套 球鞋 裤子

交通工具：轮船 飞机 汽艇 火车

动物：母鸡 山羊 黄狗 野兔

家用电器：电视 冰箱 微波炉 录音机

同样，分门别类地条理化后，我们会发现，我们很轻易地就记住了，并且能准确地复述出来。看来什么事一分类，就好记了。

那我们完全可以把这个技能应用于真正的课堂学习中，就好像化学课，其中的化学实验步骤、实验用具非常繁多，如果我们像上面那样也予以适当的分类，效率肯定会成倍增长。

上面的例子说明，杂乱无章的知识不容易记忆和学习，而将其条理化后，便容易多了。

那么为什么条理化能使记忆和学习容易进行呢？这其实很好理解，比如说要将许多衣物和书籍放入一个箱子中，如果这些东西摆放得杂乱无章、乱七八糟，我们会发现，即使箱子已塞得满满的了，但是其实装的东西并不多。

相反，如果我们将衣物、书籍摆放得非常有条理，我们会发现这个箱子比摆放杂乱无章时，能装进去多得多的东西。并非是箱子容量大了，这只是因为我们将东西摆放整齐了。

从箱子中物品的摆放是否条理化，我们可以看到结果是如此迥然不同。同样的道理，如果我们将所学的知识条理化地放入头脑中，那么显然我们的记忆效果会好得多。正如前面那些例子所阐明的那样，我们的记忆效率会大大提高。

其实，我们的生活中处处都是条理化。图书馆中的藏书要按照不同的类别摆放，数学的放在一块，政治的要放在一块，文艺的要放在一块，总之所有的书都是分门别类地摆放着。商店也是如此，不同的货物摆在不同的货架上，这样使得顾客一目了然。一个网站，无论是大型小型，都要划分成各种版块，以方便人浏览。即使是一台个人计算机，其中的文件都得分类存放于不同的文件夹中。我们可以想象一下，如果这些事情都是杂乱无章地存放，那么这个世界该是怎样可怕的一番景象。

既然意识到了条理化对于学习效率的巨大意义，我们当然要进行条理化的学习。而且记住，你要想条理化，那就得善于分类划分。

背了黑锅的归纳总结

归纳总结，就是“归纳段落大意，总结中心思想”那个归纳总结，它的名声有点不太好。一提起它，就令人想起昏昏欲睡的课堂。

不过，错不在归纳总结，错在填鸭式教学上。老师在讲台上讲，学生在下面听，学的东西用不上，也不知道为何而学，这种形式没几个学生会対上课产生喜爱之情。

所以，归纳总结是替填鸭式课堂背了黑锅。

其实，归纳总结是一个人不可缺少的技能，是一个人具有条理性的必备手段。前面已经说了，划分分类有助于记忆。那么归纳总结就是对一篇课文、一篇文章的划分。就好像看一棵参天大树一样，你的眼光不应只停留在那些细枝末叶上，你更应该做的是透过茂密的枝叶看清楚树干和主枝，或者说要搞清楚这颗树的结构。

小时候背课文的时候，有个同学背得很快，老师问其怎么背的。这位同学说，我背了第一句，然后背第二句，接着两句一块背，再接着背第三句……，这种背诵方法是小学生式的机械记忆方式。而我们应该做的是先归纳总结，将这篇文章的树形结构理出来，然后在掌握结构的基础上再进行逐句的记忆。而且，没必要一字不差地记忆，能够把大概的意思记忆清楚就可以了。

在学习中，你要学习一篇课文，你更要学习一本课本，你还要学习由若干种课本所组成的若干种课程。没有归纳总结，各种知识只是混乱地堆放于头脑中，学习效率必然低下，常常会造成拼老命也学不好的窝火局面。

等到以后工作中，我们会需要学习工作所需要的专业知识，而且一般

是自学。那么如果你没有归纳总结这种能力，从而无法理清一套知识体系的结构，那将会造成怎样的低效率！

另外，你还要面临着撰写各种各样的应用文档的需要。产品设计方案，可行性分析文档，原理说明文档，产品使用说明书等等。没有归纳总结，就没法撰写方案，就没法设计策划，就无法从事复杂的工作，最终也不易获得高薪的工作。

看看，归纳总结事关着我们的薪水，关系到我们的幸福，你能说不重要吗？这么重要的事情居然背了这么多年黑锅，这无论如何也说不过去啊。所以我要仗义执言说上一句，归纳总结是我们不可缺少的能力，我们应该为其平反。

把归纳总结推广到听课中

大家都知道，我很务实，也很羞涩，不愿意当众喊很花里胡哨的口号。不过，今天我们不得不谈一些口号，比如“向四十五分钟要效率”，这句口号就是说提高听课效率。

其实，你可以把一堂课的内容当作阅读一篇文章来进行：一般来说，一堂课有一个主题，这节课所教授的内容还被划分成几部分。显然，了解这节课的内容，你需要动用你的“归纳总结”技能。而且你会发现，听课与阅读在某种程度上就是一回事。

具体来说，听课之前你应该就对本堂课有个整体性的、框架性的了解；听课过程中，在听懂细节上的知识点时，你还应该有意识地考虑一下，教师所教授的是哪一部分内容，这部分内容在整个框架中处于什么位置。只有在整体上以及细节上对整堂课都有透彻的了解，你方能做到“听懂”。

我可以打一些比喻，来说明这项技巧。比如，当你在一个森林中行走时，你抬眼所见到的都是具体的一株一株树木；而你登高远望后，你所看到的就是整个森林的全貌。显然，如果没有登高远望，你就“只见树木，不见森林”。苏轼有云，不识庐山真面目，只缘身在此山中。

听课也是如此，如果你关注的只是每一句话、每一个知识点，却没能从细节中跳出来，从整体、全局的高度来把握这节课的内容。你就会犯只见树木、不见森林的错误。

当然，对于一堂课来说，从整体上认识事物，所采用的技能就是我们反复提到的“归纳总结”。

我再重复一下从整体上把握授课内容的两个要点：一、运用归纳总结

把握本节课的主题，本堂课的授课内容分为哪几个部分；二、听课过程中，隔段时间就有意识地考虑一下当前所讲的是那一部分内容，这部分内容在整个授课内容中处于哪一部分。

相信，这样从整体上把握课程会让听课效率有相当程度的提升。

从整体上看问题

从整体上看问题，就是说把握一件事情的整体结构。

比如我们普通人看足球比赛时，虽然看得热火朝天大呼小叫，实际上只是看热闹。我们注意力的焦点仅是一些局部，比如两个球员对球的争抢、带球、抢球等，当球员将球射入球门后我们也知道马上欢呼。

而足球教练员可不能如此业余，他们得能从整体上看问题。在他们眼里，一支球队要有一个整体阵形，这个球队的整体结构划分为前锋线、中场、后卫线。所以教练员在观察局部的同时还得经常注意整体阵形，进攻时，前锋线是否和中后场距离过大，过于脱节；防守时，三条线是否被对方压迫得过于窘迫等等。显然，足球教练员不具有整体意识，那他注定不能成为一名优秀的教练。

一个刚上路的出租车司机，如果他想迅速地熟悉本市路况。他应该对其所在城市有个整体框架式的了解：整个城市分几个区；有多少条干道。有了这种整体上的了解，然后再去记忆具体的街道以及其它路况等。如果这个司机只是一条路一条路地熟悉，那样效率会非常低的。

身处一个公司也是如此，虽然你可能仅负责整个公司其中的局部一摊，但是，你应该对本单位的构成有个大体了解，比如研发部、市场部、财务部等等，有了这样整体上的认识，会对一个人的工作有比较好的促进。

甚至看一部电影，为了更好地赏析，你也得学会从整体上看问题。比如张艺谋的《英雄》，这部电影实际上主要分三部分：无名（李连杰饰）为了靠近秦王编造了一个谎言；秦王（陈道明饰）识破了这个谎言，并且谈了一下自己认为的事实真相；无名说你虽然很聪明，但事实的真相却是